

もいたろうプール 2月 教室予定表

Inbody測定 &アドバイス

2月は…

3日, 14日, 23日

- 体についた脂肪や筋肉量のバランスを測定！
- データは印刷されるのでぜひご活用ください
- 「アドバイスが欲しい！」という方はお気軽にお声がけください♪

～2月のイベント～ 子供教室でおかしGET!!

2月はこども教室に参加した方に期間限定スタンプカードを配布いたします。3月末までの期間中に、計4回参加してくれた子にはおかしをプレゼント！スタンプを集めつつ夏へ向けて泳ぎのレベルアップを目指そう！

	月	火	水	木	金	土	日
9:30				休館日			
10:00	大人水泳		Body コンディショニング		はじめての 大人水泳	大人水泳	
10:30							
11:00	燃焼ウォーキング		リズムアクア		らくらくウォーキング	アクアボクサ	
11:30							
12:00							
12:30						幼児水泳	
13:00							
13:30						小学1～2年 水泳	
14:00		ストレッチ&筋トレ	ピラティスヨガ		はじめての 大人水泳	小学3～6年 水泳	中学生 水泳
14:30		水中ウォーキング	リズムアクア				
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00			大人水泳				
18:30	筋トレTIME				基礎ボクサ		
19:00	コアボクサ		ピラティスヨガ		初めての エアロビクス		
19:30							
20:00							
20:30							

有料プール教室

無料プール教室

有料軽運動教室

無料軽運動教室

～休講のお知らせ～

2月1日～3月31日の間
火曜日夜の教室は
お休みとなります